



※ご利用無料、要予約です。
※プログラムの内容、時間については
予約時にご確認ください。

コミュニケーション講座	12／3（水） 13：30～14：30	就職準備講座	12／10（水） 13：30～14：30
	すごろく自己分析 ～自分のルーツを探す旅に出よう～		職場での悩ましい？ 人間関係対処法
	・すごろくを使ってリラックスして自己理解 ・みんなで伝えあい他己分析		・職場の人間関係の捉え方 ・「あなたもOK」「私もOK」 ドラえもんで理解するアサーション

ソーシャル スキル トレーニング	12／11（木） 13：00～14：15	
	こころの“ほっ”とタイム ～ストレスケア～	
	色々なワークを通して、 ストレスをやわらげるポイントを知ろう	

パソコン講座	12／2（火） 14：00～15：30	12／9（火） 14：00～15：30	12／16（火） 14：00～15：30
	ワード（第1回目）	ワード（第2回目）	ワード（第3回目）
	文章作成ソフト(ワード)を使って文書入力と基本操作を勉強します		

若者交流広場	12／20（土） 13：30～15：00	サポステ会議室に気軽に集まり、からだを動かしたりしながら 楽しく交流します。ゲーム感覚で仲間たちと話しましょう！
ボランティア	12／18（木） 15：00～16：00	サポステ事務所で簡単な軽作業(事務、清掃など)を やってみましょう！

出張講座	岩 国 岩国市 科学センター (2 階会議室)	12／11（木） 13：00～14：00	柳 井 柳井中央公民館 (文化福祉会館・ 1 階会議室)	12／11（木） 13：00～14：00
		派遣会社の人に 聞いてみよう		面接の練習を してみよう
		・どんな働き方？ ・どんな仕事がある？ ・登録方法は？		・あいさつ、みだしなみ、姿勢 ・代表的な質問とは？ ・上手に自分をアピールしよう

適 職 診 断 コンピュータ適性診断を実施、 適職リストを作成します	ハローワーク適職診断		※ご予約は各ハローワークまで	
	ハローワーク徳山	12／10(水)	14:00～、15:00～	
	ハローワーク下松	12／17(水)	14:00～、15:00～	
	ハローワーク岩国	12／17(水)	10:00～、11:00～	
	ハローワーク柳井	12／ 3(水)	9:30～、10:30～	